



<p><b>Jahrgangsstufe: 5</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 2.2</b></p>
<p><b>Thema des UV: Sich zusammen anstrengen und Spaß haben – Bewegungsintensive Lauf- und Staffelspiele, Belastungssituationen erkennen und verstehen</b></p>		
<p><b>BF/SB: 2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d – Leistung</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleine Spiele und Pausenspiele</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d)</li> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung (a)</li> <li>• Informationsaufnahme und Verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a)</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-)spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Die motorischen Grundfertigkeiten in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 5</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 2.1</b></p>
<p><b>Thema des UV: Welche Spiele machen am meisten Spaß? – Verschiedene Spielideen kriteriengeleitet einschätzen, Regeln sinnvoll variieren und Lieblingsspiele (er-)finden</b></p>		
<p><b>BF/SB: 2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e – Kooperation und Konkurrenz</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Kooperative Spiele</b></li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Wahrnehmung und Körpererfahrung (a)</b></li> <li>• <b>Informationsaufnahme und Verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a)</b></li> <li>• <b>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)</b></li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Unterschiedliche Voraussetzungen und Rahmenbedingungen nutzen, um eigene Spiele zu finden, situations- und kriterienorientiert zu gestalten und zu spielen</b></li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen</b></li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>In sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren</b></li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte auf grundlegendem Niveau bewerten</b></li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 5</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 3.1</b></p>
<p><b>Thema des UV: Laufen über Stock und Stein – Laufen in seiner Vielfalt anwenden</b></p>		
<p><b>BF/SB: 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegenslernen f – Gesundheit</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegendes leichtathletisches Bewegen</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a)</li> <li>• Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 5</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 6.1</b></p>
<p><b>Thema des UV: Gymnastisches Laufen, Hüpfen und Springen – einfache technisch-koordinative Grundformen für eine ästhetisch-gestalterische Präsentation nutzen</b></p>		
<p><b>BF/SB: 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: b – Bewegungsgestaltung</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Gymnastische Bewegungsgestaltung</b></li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Variation von Bewegung (b)</b></li> <li>• <b>Präsentation von Bewegungsgestaltungen (b)</b></li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewehens mit ausgewählten Handgeräten oder Alltagsmaterialien für eine einfache gymnastische Bewegungsgestaltung nutzen</b></li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen.</b></li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Einfache, kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden</b></li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Kreative gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen</b></li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 5</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 3.2</b></p>
<p><b>Thema des UV: Große Sprünge machen – Springen in seiner Vielfalt anwenden</b></p>		
<p><b>BF/SB: 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegenslernen f – Gesundheit</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Grundlegendes leichtathletisches Bewegen</b></li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a)</b></li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Leichtathletische Disziplinen auf grundlegendem Fertigkeiteniveau ausführen</b></li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen</b></li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Einfache Hilfen beim Erlernen sportlicher Bewegungen verwenden</b></li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich ihrer Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen</b></li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 5</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 5.2</b></p>
<p><b>Thema des UV: Rolle, Handstand, Rad – grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden für eine Kür nutzen</b></p>		
<p><b>BF/SB: 5 Bewegungen an Geräten – Turnen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegenslernen c – Wagnis und Verantwortung</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a)</li> <li>• Handlungssteuerung (c)</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eine Bewegungsverbindung aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (Boden, Barren, Reck oder Schwebebalken) demonstrieren</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderungen, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 5</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 4.3</b></p>
<p><b>Thema des UV: Kunststücke im Wasser – grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen</b></p>		
<p><b>BF/SB: 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegenslernen f – Gesundheit</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen (a)</li> <li>• Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Das unterschiedliche Verhalten des Körpers beim Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen im und unter Wasser wahrnehmen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sportliche Handeln benennen</li> <li>• Unterschiedliche Körperempfindungen in vielfältigen Situationen beschreiben</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 5</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 7.1</b></p>
<p><b>Thema des UV: Ich kann im Team mit- und gegeneinander spielen! – einfache Aufgaben in Mannschaftsspielen taktisch sicher und regelgerecht bewältigen</b></p>		
<p><b>BF/SB: 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Mannschaftsspiele (BB, FB, HB, VB, Hockey)</b></li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Interaktion im Sport (e)</b></li> <li>• <b>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)</b></li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten</b></li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen</b></li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>In sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren</b></li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte auf grundlegendem Niveau bewerten</b></li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 5</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 4.2</b></p>
<p><b>Thema des UV: Vom Bauch auf den Rücken – beim Erlernen des Rückenschwimmens die eigene Wassersicherheit verbessern</b></p>		
<p><b>BF/SB: 4 Bewegungen im Wasser – Schwimmen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungskernen</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwimmgattungen einschließlich Start und Wende</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen (a)</li> <li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a)</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eine Wechselzug- oder Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 5</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 3.2</b></p>
<p><b>Thema des UV: Weitwerfen ...gar nicht so schwer! – wie weites Werfen gelingen kann</b></p>		
<p><b>BF/SB: 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegenslernen</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Grundlegendes leichtathletisches Bewegen</b></li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a)</b></li> <li>• <b>Struktur und Funktion von Bewegungen (a)</b></li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Leichtathletische Disziplinen (Ballwurf) auf grundlegendem Fertigniveauniveau ausführen</b></li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen</b></li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Einfache Hilfen beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden</b></li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 5</b></p>	<p><b>Dauer des UVs: 6 Std</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 4.3</b></p>
<p><b>Thema des UV: Wasserspringen ohne Angst und Übermut! – durch vielfältige Sprünge seine Grenzen ausloten</b></p>		
<p><b>BF/SB: 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c – Wagnis und Verantwortung</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung (a)</li> <li>• Handlungssteuerung (c)</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• In unterschiedlichen Situationen sicherheitsbewusst springen und tauchen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterschiedliche Körperempfindungen in vielfältigen Situationen beschreiben</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 5</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 4.3</b></p>
<p><b>Thema des UV: Tauchen – sich unter Wasser orientieren und zunehmend sicherer bewegen</b></p>		
<p><b>BF/SB: 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegenslernen c – Wagnis und Verantwortung</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung (a)</li> <li>• Informationsaufnahme und Verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a)</li> <li>• Handlungssteuerung (c)</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterschiedliche Körperempfindungen in vielfältigen Situationen beschreiben</li> <li>• Die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderungen, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 5</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 4.1</b></p>
<p><b>Thema des UV: Fit und leistungsstark – in einer selbstgewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen können</b></p>		
<p><b>BF/SB: 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d – Leistung</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen</b></li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Leistungsverständnis im Sport (d)</b></li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum erbringen</b></li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen</b></li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden</b></li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegenden Niveau beurteilen</b></li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 6</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 4.2</b></p>
<p><b>Thema des UV: Schneller schwimmen – die Kraulschwimmtechnik mit Start und Wende auf grundlegendem Niveau ausführen</b></p>		
<p><b>BF/SB: 4 Bewegungen im Wasser – Schwimmen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegenslernen</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwimmmarten einschließlich Start und Wende</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen (a)</li> <li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a)</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eine Wechselzug- oder Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-kordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 6</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 4.3</b></p>
<p><b>Thema des UV: Ballspiele im Wasser – grundlegende Spielfertigkeiten und -fähigkeiten systematisch und strukturiert anwenden</b></p>		
<p><b>BF/SB: 4 Bewegungen im Wasser – Schwimmen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Interaktion im Sport (e)</li> <li>• Gestaltung von Spie- und Sportgelegenheiten</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen spielen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness mit- und gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 6</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 4.3</b></p>
<p><b>Thema des UV: Synchronschwimmen – grundlegende Bewegungsfertigkeiten im Wasser für die Gestaltung einer Kür nutzen</b></p>		
<p><b>BF/SB: 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: b – Bewegungsgestaltung</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variationen von Bewegungen (b)</li> <li>• Präsentationen von Bewegungsgestaltungen (b)</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Das unterschiedliche Verhalten des Körpers im und unter Wasser wahrnehmen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundformen gestalterischen Bewegens benennen</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 6</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 9.2</b></p>
<p><b>Thema des UV: Fairness bei Gruppen- / Partnerkämpfen – Zweikämpfe spielerisch vorbereiten und beim Gegeneinander kooperieren</b></p>		
<p><b>BF/SB: 9 Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kämpfen mit- und gegeneinander</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Interaktion im Sport (e)</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• In einfachen Gruppen- und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes handeln benennen</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• In sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte auf grundlegendem Niveau bewerten</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 6</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 1.2</b></p>
<p><b>Thema des UV: Wo sind meine persönlichen konditionellen Stärken? – Stärken und Schwächen psycho-physischer Leistungsfähigkeit erkennen, langfristig verbessern sowie Entspannung lernen</b></p>		
<p><b>BF/SB: 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungskernen</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness</b></li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Wahrnehmung und Körpererfahrung (a)</b></li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen und aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen</b></li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben</b></li> </ul> <p><b>MK</b></p> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen</b></li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 5</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 3.1</b></p>
<p><b>Thema des UV: Laufen über Stock und Stein – Laufen in seiner Vielfalt anwenden</b></p>		
<p><b>BF/SB: 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegenslernen f – Gesundheit</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegendes leichtathletisches Bewegen</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a)</li> <li>• Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 6</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 3.1</b></p>
<p><b>Thema des UV: Höher, schneller, weiter – einen leichtathletischen Wettkampf individuell vorbereiten und gemeinsam durchführen</b></p>		
<p><b>BF/SB: 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegenslernen d – Leistung</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur und Funktion von Bewegung (a)</li> <li>• Leistungsverständnis im Sport (d)</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Die motorischen Grundfähigkeiten in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einfache Methoden zur Erfassung körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 6</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 1.2</b></p>
<p><b>Thema des UV:</b> Gut vorbereitet für sportliche Aktivitäten – allgemeines Aufwärmen funktionsgerecht und strukturiert durchführen</p>		
<p><b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b>  <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>  <b>f - Gesundheit</b></p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Allgemeines und spezielles Aufwärmen</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung (a)</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegung (a)</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe (f)</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen</li> <li>• eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 6</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 1.3</b></p>
<p><b>Thema des UV:</b> Ganz schön aus der Puste!? – mit Freude ohne Unterbrechung ausdauernd laufen können</p>		
<p><b>BF/SB 1:</b> Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b> d – Leistung f – Gesundheit</p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Aerobe Ausdauerfähigkeit</b></li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d)</b></li> <li><b>Unfall- und Verletzungsprophylaxe (d)</b></li> <li><b>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)</b></li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15 min, beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15 min, Aerobic 15 min, Radfahren 30 min) erbringen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen</li> <li>Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärme, Kleidung) benennen</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen</li> <li>ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen</li> </ul>	



Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs:	Nummer des UVs im BF/SB: 7.1
<p><b>Thema des UV:</b> Mit- und gegeneinander spielen – einfache Aufgaben taktisch sicher und regelgerecht in kleinen Spielformen zum Basketball bewältigen</p>		
<p><b>BF/SB 7:</b> Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b> e – Kooperation und Konkurrenz</p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</b></li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)</b></li> <li>• <b>Interaktion im Sport (e)</b></li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen</li> <li>• sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 6</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 5.1</b></p>
<p><b>Thema des UV:</b> Schwingen, Stützen und Springen – an unterschiedlichen Turngeräten sicher turnen</p>		
<p><b>BF/SB 5: Bewegen an Geräten - Turnen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b>  <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>  <b>c - Wagnis und Verantwortung</b></p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung (a)</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen (a)</li> <li>• Handlungssteuerung (c)</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Reck/Barren, Bank/Balken/Slackline, Kasten/Bock, Sprossenwand, Boulder-/ Kletterwand) demonstrieren</li> <li>• grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben</li> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden</li> <li>• verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen</li> </ul>	



Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs:	Nummer des UVs im BF/SB: 6.2
<p><b>Thema des UV:</b> Volkstanz und Co. – gemeinsam Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen</p>		
<p><b>BF/SB 5: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b>  <b>b - Bewegungsgestaltung</b></p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variation von Bewegung</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltungen</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine einfache traditionelle (Volkstanz) oder aktuelle (Modetanz) tänzerische Komposition präsentieren</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten</li> <li>• einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen</li> </ul>	



<b>Jahrgangsstufe: 7</b>	<b>Dauer des UVs:</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 4.1</b>
<b>Thema des UV: „Sich und andere retten können“ – Gefahren im Wasser begegnen</b>		
<b>BF/SB 4: Bewegen im Wasser - Schwimmen</b>	<b>Inhaltsfelder: c – Wagnis und Verantwortung</b>	
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handlungssteuerung</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben.</li> </ul>	



<b>Jahrgangsstufe: 7</b>	<b>Dauer des UVs:</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 4.2</b>
<b>Thema des UV: „Ich will besser werden!“ - in Rückenkrault- und Brustschwimmtechnik mit Start und Wende sicher schwimmen können</b>		
<b>BF/SB 4: Bewegen im Wasser - Schwimmen</b>	<b>Inhaltsfelder: d – Leistung</b>	
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwimmarten einschließlich Start und Wende</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-kordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Methoden zur Erfassung sportlicher Leistungsfähigkeit anwenden.</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen.</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 7</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 7.1</b></p>
<p><b>Thema des UV: „Leg ihn rein“ – Angriffssituationen im Basketball situationsangemessen beurteilen und mithilfe des Korblegers abschließen</b></p>		
<p><b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b></p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur und Funktion von Bewegung</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 7</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 1.1</b></p>
<p><b>Thema des UV: „Sport ist so vielseitig“ – sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten</b></p>		
<p><b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b></p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Allgemeines und spezielles Aufwärmen</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden.</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen</li> </ul>	



<b>Jahrgangsstufe: 7</b>	<b>Dauer des UVs:</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 5.1</b>
<b>Thema des UV: „Mit Sicherheit“</b> – Gerätturnen sachgerecht und situationsbezogen mit Sicherheits- und Hilfestellung		
<b>BF/SB 5: Bewegen an Geräten - Turnen</b>	<b>Inhaltsfelder: f - Gesundheit</b>	
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normungebundenen Turnen an Geräten und Gerätekombinationen</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen.</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 7</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 3.3</b></p>
<p><b>Thema des UV: „Das habe ich noch nie gemacht“ – Neue leichtathletische Disziplinen als Herausforderung annehmen</b></p>		
<p><b>BF/SB 3: Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: d – Leistung</b></p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leistungsverständnis im Sport</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Voraussetzungen und Rahmenbedingungen (Spielidee, Personen, Materialien, Raum- und Geländeangebote) nutzen, um eigene Spiele zu finden, situations- und kriterienorientiert zu gestalten und zu spielen.</li> <li>• grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen,</li> <li>• einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfvhaltens durchführen.</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen, psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben.</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen.</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe:</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 7.1</b></p>
<p><b>Thema des UV:</b> Erweiterung der Möglichkeiten des Korbabschlusses durch Einführung des Positionswurfs isoliert und im Spiel</p>		
<p><b>BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: e- Kooperation und Konkurrenz</b></p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel und-Sportgelegenheiten</li> <li>• Interaktion im Sport</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten (u.a. Heidelberger Ballschule) in vielfältigen Formen anwenden</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• In sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regelungen dokumentieren</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportliche Handlungs-und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit-und Gegeneinander) auf grundlegenden Niveau bewerten</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe:8</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 6.2</b></p>
<p><b>Thema des UV:</b> Akrobatische Kunststücke – eine Gruppengestaltung erarbeiten, präsentieren und bewerten</p>		
<p><b>BF/SB: 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: b- Bewegungsgestaltung</b></p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variation von Bewegung</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltungen</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens (Laufen, Hüpfen, Springen) mit ausgewählten Handgeräten (Reifen, Seil, Ball) oder Alltagsmaterialien für eine Gestaltung nutzen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundformen gestalterischen Bewegens benennen</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe:8</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 2.1</b></p>
<p><b>Thema des UV:</b> Was macht die Unterschiede der Spiele aus? – Grundideen und Strukturen verschiedener Spiele analysieren, vergleichen und verändern</p>		
<p><b>BF/SB: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz</b></p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kooperative Spiele</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</li> <li>• Interaktion im Sport</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Voraussetzungen und Rahmenbedingungen (Spielidee, Personen, Materialien, Raum- und Geländeangebote) nutzen, um eigene Spiele zu finden, situations- und kriterienorientiert zu gestalten und zu spielen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und –geräte gemeinsam auf – und abbauen</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportliche Handlungs-und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit-und Gegeneinander) auf grundlegenden Niveau bewerten</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe:8</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 7.2</b></p>
<p><b>Thema des UV:</b> Den Anforderungen eines Turniers gewachsen sein – Spielsituationen im ausgewählten Partnerspiel wahrnehmen und technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen handeln</p>		
<p><b>BF/SB: 7 Spielen in und mit Regelstrukturen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: d – Leistung, e – Kooperation und Konkurrenz</b></p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Partnerspiele (Badminton, Tennis oder Tischtennis)</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit</li> <li>• Interaktion im Sport</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten</li> <li>• Ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe:8</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 9.2</b></p>
<p><b>Thema des UV:</b> Festhalten und Befreien – Lösungen für (Boden-) Zweikampfsituationen für den kontrollierten Kampf nutzen</p>		
<p><b>BF/SB: 9 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz f – Gesundheit</b></p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kämpfen mit- und gegeneinander</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Interaktion im Sport</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in einfachen Gruppen- und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe:8</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 3.3</b></p>
<p><b>Thema des UV:</b> Wir messen uns in einem selbst zusammengestellten Wettkampf – einen leichtathletischen Mannschaftswettkampf planen, durchführen und auswerten</p>		
<p><b>BF/SB: 3 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: d - Leistung</b></p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen</li> <li>• Psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 9</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 5.1.</b></p>
<p><b>Thema des UV:</b> Le Parkour – Hindernisse kreativ, schnell und sicher überwinden</p>		
<p><b>BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b>  <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>  <b>c - Wagnis und Verantwortung</b></p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normungebundenen Turnen an Geräten und Gerätekombinationen</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung (a)</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegung (a)</li> <li>• Handlungssteuerung (c)</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Reck/Barren, Bank/Balken/Slackline, Kasten/Bock, Sprossenwand, Boulder-/ Kletterwand) demonstrieren</li> <li>• grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 9</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 1.2</b></p>
<p><b>Thema des UV:</b> Aerobic und Co – eine in Gruppen erarbeitete Choreografie präsentieren und bewerten</p>		
<p><b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b> <b>b – Bewegungsgestaltung</b></p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Motorische Grundfähigkeiten und –fertigkeiten: Elemente der Fitness</li> <li>• Aerobe Ausdauerfähigkeit</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variation von Bewegung (b)</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltungen (b)</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen</li> <li>• eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15 min, beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15 min, Aerobic 15 min, Radfahren 30 min) erbringen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 9</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 7.2.</b></p>
<p><b>Thema des UV:</b> Wir planen ein Turnier und erproben es! – ein Turnier sowie die Übernahme von Schiedsrichtertätigkeiten organisieren, erproben und evaluieren (am Beispiel von Basketball und anderen Ballsportarten)</p>		
<p><b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b> e – Kooperation und Konkurrenz</p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)</li> <li>• Interaktion im Sport (e)</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen</li> <li>• sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 9</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 1.3</b></p>
<p><b>Thema des UV:</b> Fit und gesund! – ausdauerndes Laufen systematisch verbessern</p>		
<p><b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b>  <b>d - Leistung</b>  <b>f - Gesundheit</b></p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aerobe Ausdauerfähigkeit</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d)</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe (d)</li> <li>• Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen</li> <li>• eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15 min, beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15 min, Aerobic 15 min, Radfahren 30 min) erbringen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen</li> <li>• Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärme, Kleidung) benennen</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 9</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 6.1</b></p>
<p><b>Thema des UV:</b> Bewegen mit Handgeräten oder Materialien – in Einzel- oder Partnerarbeit präsentieren</p>		
<p><b>BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder: b – Bewegungsgestaltung</b></p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien)</li> <li>• Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variation von Bewegung (b)</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltungen (b)</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens (Laufen, Hüpfen, Springen) mit ausgewählten Handgeräten (Reifen, Seil oder Ball) oder Alltagsmaterialien für eine einfache gymnastische Bewegungsgestaltung nutzen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen</li> <li>• grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 10</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 6.1</b></p>
<p><b>Thema des UV:</b> „Fit in Form!“ – tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitnessgymnastik nutzen</p>		
<p><b>BF/SB: 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b>                  b – Bewegungsgestaltung                  f – Gesundheit</p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien)</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Präsentation von Bewegungsgestaltungen (b)</li> <li>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens (Laufen, Hüpfen, Springen) mit ausgewählten Handgeräten (Reifen, Seil oder Ball) oder Alltagsmaterialien für eine einfache gymnastische Bewegungsgestaltung nutzen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen</li> <li>Grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen</li> <li>Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten</li> <li>Einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen</li> <li>Körperliche Anstrengung anhand der Reaktion des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 10</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 2.2</b></p>
<p><b>Thema des UV:</b> Wie spielt man eigentlich woanders? – Spiele aus anderen Kulturen spielen und verstehen</p>		
<p><b>BF/SB: 2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b> e – Kooperation und Konkurrenz</p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kooperative Spiele</li> <li>• Kleine Spiele und Pausenspiele</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)</li> <li>• Interaktion im Sport (e)</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-) spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen</li> <li>• Sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen</li> <li>• In sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten.</li> </ul>	



Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs:	Nummer des UVs im BF/SB: 1.1
<p><b>Thema des UV:</b> Wie fit bin ich? – Wie werde ich besser? – seine Fitness testen und Grundprinzipien des Trainings sowie eine (weitere) Entspannungstechnik kennen und anwenden</p>		
<p><b>BF/SB: 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b>                      a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen                      d – Leistung                      f – Gesundheit</p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung (a)</li> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d)</li> <li>• Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben</li> <li>• Psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen</li> <li>• Psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden</li> <li>• Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen.</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 10</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 9.1</b></p>
<p><b>Thema des UV:</b> „Gemeinsam verantwortungsbewusst und kooperativ Kämpfen“ – Spielerische und regelgerechte Aspekte der körperlichen Auseinandersetzung in Mannschaftsspielen (am Beispiel Kabaddi)</p>		
<p><b>BF/SB: 9 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b>                  c – Wagnis und Verantwortung                  e – Kooperation und Konkurrenz</p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kämpfen mit- und gegeneinander</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handlungssteuerung (c)</li> <li>• Interaktion im Sport (e)</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• In einfachen Gruppen- und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Herausforderung in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben</li> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen</li> <li>• Sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen</li> <li>• In sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten.</li> </ul>	



<p><b>Jahrgangsstufe: 10</b></p>	<p><b>Dauer des UVs:</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 7.3</b></p>
<p><b>Thema des UV:</b> Aller guten Dinge sind drei – die Basketballvariante Streetball regelkonform und mannschaftstaktisch spielen und reflektieren</p>		
<p><b>BF/SB 7:</b> Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b> e – Kooperation und Konkurrenz</p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)</li> <li>• Interaktion im Sport (e)</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen</li> <li>• sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten</li> </ul>	

## Einführungsphase (EPH)

### Unterrichtsvorhaben I:

Thema: Fitness: Entwicklung, Durchführung und Reflexion eines Programms

BF/SB: 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen

Inhaltlicher Kern: Formen der Fitnessgymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- ein Fitnessprogramm unter einer ausgewählten Zielrichtung präsentieren.

Inhaltsfeld(er): Gesundheit

Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

SK: - Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern.

MK: - einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch).

UK: - ihren eigenen Trainingsfortschritt kriteriengeleitet beurteilen.

Zeitbedarf: 6

### Unterrichtsvorhaben II:

Thema: Gesundes Dehnen: Reflexion und Kritik an unterschiedlichen Dehnmethoden

BF/SB: 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen

Inhaltlicher Kern: Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- unterschiedliche Dehnmethoden im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden.

Inhaltsfeld(er): Leistung

Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): Trainingsplanung und -organisation

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

SK: - allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern,

- Unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern.

MK: - sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen.

UK: - die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen.

Zeitbedarf: 4

## Einführungsphase (EPh)

### Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Von der Improvisation zur Komposition – kriteriengeleitete Erarbeitung, Durchführung und Reflexion

BF/SB: 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern: Tanz

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- eine Komposition aus dem Bereich Tanz unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren.
- ein Gerät/Objekt als Ausgangspunkt für eine Improvisation nutzen.

Inhaltsfeld(er): Bewegungsgestaltung

Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): Gestaltungskriterien

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

SK: - Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern.

MK: - Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen.

UK: - eine Gruppenchoreographie anhand zuvor entwickelter Kriterien bewerten.

Zeitbedarf: 5

### Unterrichtsvorhaben IV

Thema: Eine neu erlernte Technik im Hinblick auf Methode und persönlichen Erfolg bewerten

BF/SB: 3 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- eine nicht schwerpunktmäßig in der Sek. I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf).

Inhaltsfeld(er): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

SK: - unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben.

MK: - unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden.

UK: - den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen.

Zeitbedarf: 5

## Einführungsphase (EPh)

### Unterrichtsvorhaben V:

Thema: Taktische Spielfähigkeit verbessern

BF/SB: 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiel

Inhaltlicher Kern: Mannschafts- oder Partnerspiele

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in einem Mannschafts- oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive oder in der Defensive anwenden.

Inhaltsfeld(er): Kooperation und Konkurrenz, Wagnis und Verantwortung

Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten, Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

SK: - den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben.

MK: - in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren.

UK: - den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen.

Zeitbedarf: 6

### Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: Neue Partner – wechselnde Gegner. Erprobung und Reflexion der Regelkompetenz

BF/SB: 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiel

Inhaltlicher Kern: Mannschafts- oder Partnerspiel

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.

Inhaltsfeld(er): Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

SK: - grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben.

MK: - sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren).

UK: - die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.

Zeitbedarf: 4

